


 Утверждаю
 Заведующий МАДОУ д/с № 48
 Н.П. Стриженкова
 «17» августа 2016г.
 Приказ от «17» августа № 400

Режим двигательной активности.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
		2-3 года
Физкультурные занятия	А) в помещении	2 раз в неделю
	Б) на улице (подвижные игры)	1 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	А) утренняя гимнастика	Ежедневно
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
	В) физкультминутки (в середине статистического занятия)	2 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц
	Б) физкультурный праздник	-
	В) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
		3-4 года
Физкультурные занятия	А) в помещении	2 раз в неделю
	Б) на улице (подвижные игры)	1 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	А) утренняя гимнастика	Ежедневно
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
	В) физкультминутки (в середине статистического занятия)	2 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц
	Б) физкультурный праздник	-
	В) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А) самостоятельное использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования	Ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
		4-5 лет
Физкультурные занятия	А) в помещении	2 раз в неделю
	Б) на улице (подвижные игры)	1 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	А) утренняя гимнастика	Ежедневно
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
	В) физкультминутки (в середине статистического занятия)	2 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц
	Б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	В) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
		5-6 лет
Физкультурные занятия	А) в помещении	2 раз в неделю
	Б) на улице (подвижные игры)	1 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	А) утренняя гимнастика	Ежедневно
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
	В) физкультминутки (в середине статистического занятия)	3 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц
	Б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	В) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А) самостоятельное использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования	Ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
		6-7 лет
Физкультурные занятия	А) в помещении	2 раз в неделю
	Б) на улице (подвижные игры)	1 раза в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	А) утренняя гимнастика	Ежедневно
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
	В) физкультминутки (в середине статистического занятия)	3 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц
	Б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	В) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А) самостоятельное использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования	Ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно